Gulf Cooperation Council

☞ EDICT OF GOVERNMENT ☜

In order to promote public education and public safety, equal justice for all, a better informed citizenry, the rule of law, world trade and world peace, this legal document is hereby made available on a noncommercial basis, as it is the right of all humans to know and speak the laws that govern them.

GSO 2209 (2012) (Arabic): GENERAL REQUIREMENTS FOR BODY BUILDING FOODS (Draft Standard)



BLANK PAGE





PROTECTED BY COPYRIGHT

هيئة التقييس لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية
STANDARDIZATION ORGANIZATION FOR G.C.C (GSO)



مشروع نهائي

GSO ....../.......

الاشتراطات العامة لأغذية بناء الجسم
GENERAL REQUIREMENTS FOR BODY BUILDING FOODS

ICS:67.40

إعداد سلطنة عُمان

7/2010

هذه الوثيقة مشروع مواصفة قياسية خليجية معروضة لإبداء الملاحظات وهي عرضة للتغيير والتبديل ولا يجوز الرجوع إليها كوثيقة رسمية حتى يتم إعتمادها من مجلس إدارة الهيئة.

تقديم

هيئة التقييس لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية هيئة إقليمية تضم في عضويتها الأجهزة الوطنية للمواصفات والمقاييس في دول الخليج العربية ، ومن مهام الهيئة إعداد المواصفات القياسية الخليجية بواسطة لجان فنية متخصصة.

وقد قامت هيئة التقييس لدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية ضمن برنامج عمل اللجنة الفنية رقم 5" اللجنة الفنية الخليجية لقطاع مواصفات المنتجات الغذائية والزراعية بإعداد مواصفة قياسية " الاشتراطات العامة لأغذية بناء الجسم" و قامت سلطنة عمان بإعداد مشروع هذه المواصفة القياسية الخليجية.

وقد اعتمدت هذه المواصفة كمواصفة(لائحة فنية) خليجية في اجتماع مجلس إدارة الهيئة رقم (....) الذي عقد بتاريخ .... الموافق ....

الاشتراطات العامة لأغذية بناء الجسم

١. المجال ونطاق التطبيق

تختص هذه المواصفة القياسية الخليجية بالاشتراطات العامة الخاصة بالأغذية المخصصة لأغراض بناء الجسم ولا تستخدم لإغراض العلاج.

٢. المراجع التكميلية

١/٢ GSO 9 " بطاقات المواد الغذائية المعبأة ".
٢/٢ GSO ٦٥٤ " الاشتراطات العامة للأغذية المعبأة ذات الاستعمالات التغذوية الخاصة".
٣/٢ GSO 168 " اشتراطات مخازن حفظ المواد الغذائية الجافة والمعبأة".
٤/٢ GSO 839 " عبوات المواد الغذائية – الجزء الاول – الاشتراطات العامة "
٥/٢ GSO 988 " مستويات المواد الاشعاعية المسموح بها في المواد الغذائية – الجزء الاول".
٦/٢ GSO 841 " الحدود القصوى للسموم الفطرية المسموح بها في الاغذية والاعلاف "

٣. التعاريف

اغذية بناء الجسم :

اغذية تنتج على صورة مساحيق أو سوائل أو أقراص و يدخل في تحضيرها وحدا او اكثر من المكونات الاتية الأحماض الامينة والفيتامينات والمعادن المغذية ومستخلصات نباتية ومواد منكه طبيعية واصطناعية ومواد مالئة وقد تحتوي على سكريات طبيعية والياف غذائية.

الاحماض الأمينية:

مركبات عضوية تتكون اساساً من الكربون والهيدروجين والنتروجين وهي تشكل الوحدة البنائية للببتيد المكون للبروتين(ملحق رقم ١) وهي تنقسم إلى أحماض أمينية أساسية و غير أساسية.

أحماض أمينية اساسية وغير الأساسية:

الاحماض الامينية الاساسية هي الأحماض التي يحتاج الجسم إلى كميات اضافية يتحصل عليها من خلال الطعام لتغطية الاحتياجات اليوميه منها، بينماالأحماض الأمينية غير الأساسية يستطيع الجسم تكوين احتياجاته اليومية منها.

٤. المتطلبات

يجب أن يتوفر في المنتج المتطلبات الاتية:

١/٤ يجب أن يكون إي منتج مخصص لأغراض بناء الجسم مسجل لدى السلطات المختصة ويشمل التسجيل تقديم الوثائق التالية:

١/١/٤ وثيقة رسمية أصلية ببيان كامل بمكونات كل منتج ونسبة كل مكون.
٢/١/٤ وثيقة رسمية أصلية بشهادة السماح بالانتاج والبيع في بلد الصنع.
٣/١/٤ بيان بالجهات والدول التي سمحت بتسويق المنتج.
٤/١/٤ مخاطر الاستخدام الخاطئ والحالات التي تستوجب عدم تناول المنتج.
٥/١/٤ شهادة حلال توضح أن جميع المكونات :

- خالية من مشتقات الخنزير أو الكحول.
- ألا تكون ناتجة عن حيوانات ميتة.
- ان تكون ناتجة عن حيوانات محللة اسلامياً وتم ذبحها على الشريعة الاسلامية .

٢/٤ يجب أن تكون المكونات الداخلة في الانتاج مطابقة للنسب المكتوب على العبوة ويسمح بتجاوز في نتائج التحليل ± ٥%.
٣/٤ يجب أن يكون المنتج خالياً من المواد والمركبات (الاستيرويدات) الواردة في الملحق رقم (2) سواء كانت طبيعية او اصطناعية .
٤/٤ إي مادة غير المذكورة في الملحق رقم (١) يجب أن تخضع للتقييم من قبل السلطات المختصة بكل دولة عضو.
٥/٤ يجب أن يكون المنتج خالياً من إي مواد ضارة بالصحة أو يكون له تفاعلات مع ادوية أو علاج قد يسبب ضرر صحي.
٦/٤ يجب أن يكون المنتج خالياً من الرئحة أوالطعم الدالين على الفساد وأن يكون محتفظ بالخصائص الحسية للمنتج.
٧/٤ يجب أن لا يكون المنتج مخصص للاغراض العلاجية.
٨/٤ يجب ألا تقل نسبة الفيتامينات والمعادن في حالة استخدمها في الإنتاج عن ١٥% من معدل المتناول اليومي للفرد المحدد من قبل منظمة الصحة العالمية.
٩/٤ يجب أن يخضع تسويق منتجات أغذية بناء الجسم عند التعبئة بشكل صيدلاني أو غير صلاني لتشريعات كل دولة.
١٠/٤ ألا تزيد المعايير الميكروبيولوجية عمايلي:

العد الكلي	١٠.٠٠٠	وحدة خلية / جم
الخمائر والاعفان	٣٠٠	وحدة خلية / جم
الكوليفورم	١٠	وحدة خلية / جم
الايشريشياكولاي	سالبة	
السالمونيلا	سالبة	
الاستافيليوكوكس اوريس	سالبة	

١١/٤ يجب ألا تزيد كمية المعادن الثقلية السامة في حالة تواجد عن الكمية التي يمكن أن تؤدي لضرر على الصحة.
١٢/٤ يجب أن تكون الحدود الإشعاعية في المنتج طبقًا للمواصفة القياسية الخليجية الواردة بالبند٥/٢
١٣/٤ يجب أن تكون حدود السموم الفطرية في المنتج طبقًا للمواصفة القياسية الخليجية الواردة بالبند٦/٢

٥. التعبئة

مع عدم الاخلال بما نصت عليه المواصفة القياسية الخليجية في البند (٤/٢) يجب عند التعبئة مراعاة الشروط التالية:
١/٥ يجب أن يعبأ المنتج في عبوات تحقق الحماية الصحية وخصائص جودة الطعام الاخرى.
٢/٥ يجب أن يكون العبوات ومواد التعبئة مصنوعة من مواد آمنة فقط ومناسبة للغرض من أستخدامها.

٦. النقل والتخزين

مع عدم الاخلال بما نصت عليه المواصفة القياسية الخليجية الواردة بالبند(٣/٢) يجب أن ينقل ويخزن المنتج بطريقة مناسبة تحمية من التلوث والتلف وعند درجة حرارة لا تزيد عن 25 م.

٧. البيانات الإيضاحية

مع عدم الاخلال بمتطلبات المواصفة القياسية الخليجية رقم (٩) الخاصة ببطاقات المواد الغذائية المعبأة يكتب على كل عبوة معدة للبيع للمستهلك البيانات التالية باللغة العربية ويجوز كتابتها بلغات أخرى إلى جانب اللغة العربية :

١.٧ أسم المنتج " غذاء تكميلي لبناء الجسم" مع الاشارة إلى فئة المغذي أو المغذيات " احماض أمينية/ فيتامينات/ معادن" التي يحتويها المنتج في الحالات التي تتطلب ذلك.

٢.٧ بيان بالمكونات الداخلة في الانتاج.

٣.٧ البيانات أو الحقائق التغذوية مع تحديد كمية كل مكون في ١٠٠جرام أو مل أو وحدة الانتاج.

٤.٧ اسم الصانع وعنوانه وبلد الصنع وجهة ورقم التسجيل.

٥.٧ اسم وعنوان المستورد وجهة رقم الموافقة أو التسجيل.

٦.٧ طريقة التناول، و سن التناول.

٧.٧ عبارة لا يعطى إلا بموافقة طبيب أو أختصاصي تغذية.

٨.٧ البيانات التحذيرية إذا تطلب الامر خاصة في الحالات التي قد تسبب حساسية لبعض الافراد.

٩.٧ الوزن أو الحجم الصافي و في حالة الاقراص يذكر عدد الاقراص بالعبوة .

١٠.٧ تاريخ الانتاج وتاريخ انتهاء الصلاحية.

١١.٥ عبارة يحفظ بعيداً عن متنأول الاطفال.

١٢.٥ شروط الحفظ والتخزين.

ملحق رقم (١)
المكونات الاختيارية
قائمةالأحماض الأمينية

الحمض الأميني	الرمز (ثلاثة حروف)	الكتلة الذرية (غ\مول)	معدل المتناول اليومي للبالغين مجم/ كجم من وزن الجسم	الأهمية الغذائية
ألانين	Ala	89,1	-	غير أساسي
أرجنين	Arg	174,20	-	شبه-أساسي
أسباراجين	Asn	132,12	-	غير أساسي
أسبارتيت	Asp	133,10	-	غير أساسي
سيستئين	Cys	121,16	٤.١ Met+ Cys =١٥	غير أساسي
جلوتامين	Gln	146,15	-	غير أساسي
جلوتاميت	Glu	147,13	-	غير أساسي
جليسين	Gly	75,07	-	غير أساسي
هيستدين	His	155,16	-	شبه-أساسي
ايزوليوسين	Ile	131,17	٢٠	أساسي
ليوسين	Leu	131,17	٣٩	أساسي
ليسين	Lys	146,19	٣٠	أساسي
ميثيونين	Met	149,21	١٠.٤	أساسي
فينيلألانين	Phe	165,19	Phe+ Tyr=٢٥	أساسي
برولين	Pro	115,13	-	غير أساسي
سيرين	Ser	105,09	-	غير أساسي
ثريونين	Thr	119,12	١٥	أساسي
تريبتوفان	Trp	204,23	٤	أساسي
تيروسين	Tyr	181,19	Phe+ Tyr=٢٥	غير أساسي
فالين	Val	117,15	٢٦	أساسي

قائمة الفيتامينات والمعادن والمضافات الاخرى

فيتامينات	معادن	المضافات الاخرى		
فيتامين أ	الكالسيوم	الليوتين	مالتودكسترين	فركتوز
فيتامين ج	اليود	الكولين	خلاصات نباتية	جلوتين
فيتامين	المغنسيوم	أنيسيتول	جلسريدات ثلاثية	ديكستروز
فيتامين أيه	الزنك	جنسينج	نكهة جوز الهند ٣٢٩١	كاكاو
فيتامين كيه	السيلينيوم	ليكوبين	نكهة الاناناس ٣٥١١	شكولاتة
ثيامين	النحاس	كاروتين	استيل- ال- كارنيتين	فانيليا
ريبوفلافين	المنجنيز	تاورين	ميكروكريستالين سيلوز	بابابن
نياسين	الكروم	الياف غذائية	حمض الاوليك	ببسين
فيتامين ب ٦	الموليبديوم	الوان مسموحة	حمض الينوليك	شرش
حمض فوليك	الفوسفور	بياض البيض	حمض الاستياريك	
فيتامين ب١٢	البوتاسيوم		بروتين الشرش	
بيوتين	الكوريد		مضافات مسموح بها	
حمض بانتوثيونيك	الصوديوم	فلافونات الصويا	مسحوق جذوز الزنجبيل	

ملحق رقم (٢)
قائمة بالمواد والمركبات المحظور
استخدامها في أغذية بناء الجسم

Trivial Name	Abbreviation(s)	Systematic Name
Cholesterol	Chol[1]	5-cholesten-3beta-ol
Progestins		
Pregnenolone	P5 or Preg	3beta-hydroxy-5-pregnen-20-one
17-hydroxypregnenolone	17-OHP5[1] or 17P5	3beta,17-dihydroxy-5-pregnen-20-one
Progesterone	P4 or P	4-pregnene-3,20-dione
17-hydroxyprogesterone	17-OHP4or 17OHP or 17P4	17-hydroxy-4-pregnene-3,20-dione
Androgens		
Androstenedione	A4 or AE	4-androstene-3,17-dione
4-hydroxy-Androstenedione	4-OH-A	
11β-hydroxyandrostenedione	11βOHA4 or 11βOHΔ4 or OHA[1]	11beta-4-androstene-3,17-dione
Androstanediol	Adiol	3-beta,17-beta-Androstanediol
Androsterone	AN	3alpha-hydroxy-5alpha-androstan-17-one
Epiandrosterone	EPIA	3beta-hydroxy-5alpha-androstan-17-one
Adrenosterone	AT	4-androstene-3,11,17-trione
Dehydroepiandrosterone	DHEA or DHA	3beta-hydroxy-5-androsten-17-one
Dehydroepiandrosterone Sulphate	DHEAS or DHAS	3beta-sulfooxy-5-androsten-17-one
Testosterone	T	17beta-hydroxy-4-androsten-3-one
Epitestosterone	epiT	17alpha-hydroxy-4-androsten-3-one
5α-dihydrotestosterone	DHT or 5α-DHT	17beta-hydroxy-5alpha-androstan-3-one
5β-dihydrotestosterone	5β-DHT	17beta-hydroxy-5beta-androstan-3-one
11β-hydroxytestosterone	OHT or 11β-OHT	11beta,17beta-dihydroxy-4-androsten-3-one
11-ketotestosterone	11-KT	17beta-hydroxy-4-androsten-3,17-dione
Estrogens		
Estrone	E1	3-hydroxy-1,3,5(10)-estratrien-17-one
Estradiol	E2	1,3,5(10)-estratriene-3,17beta-diol
Estriol	E3	1,3,5(10)-estratriene-3,16alpha,17beta-triol
Corticosteroids		
Corticosterone	B or CORT	11beta,21-dihydroxy-4-pregnene-3,20-dione
Deoxycorticosterone	DOC	21-hydroxy-4-pregnene-3,20-dione
Cortisol	F	11beta,17,21-trihydroxy-4-pregnene-3,20-dione
11-Deoxycortisol	S	17,21-dihydroxy-4-pregnene-3,20-dione
Cortisone	E	17,21-dihydroxy-4-pregnene-3,11,20-trione
18-hydroxycorticosterone	18OHB or 18B	11beta,18,21-trihydroxy-4-pregnene-3,20-dione
1α-hydroxycorticosterone	1α-B	1alpha,11beta,,21-trihydroxy-4-pregnene-3,20-dione
Aldosterone	A or ALDO	18,11-hemiacetal of 11beta,21-dihydroxy-3,20-dioxo-4-pregnen-18-al

قائمة رصد المواد المستخدمة في صناعة اغذية بناء الجسم

universal nutrition :اسم الصانع		Optimum nutritionاسم الصانع	
Milk thistle	Zinc pivolinate	White willow extract	Oyster
mycozyme	4- androstnedione	Saw palmetto	
Cytochrome c	19-nor-5-androstenedione	Pygeum africanum	Ginkgo biloba
Ox bile	5-androstenediol	Bitter orange extract	Nettle
Bromelain	Dehydroepiandrosterone	Para- aminobenzoic acid	Cryptoxanthin
Goldenseal	Tribulus terristis L	Triphala extract	Zeaxanthin
Smilagenin	Glucosamine sulfat	Chitosan (fiber)	Inositol
Chrysin	Pyridoxine – alfa ketoglutarate	Alfa lipoic acid	Dong Quai
Saw palmetto	Vanadyl sulfate	Citrus bioflavonoide	Damiana
Campesterol	Pygrum Africanum	Garcinia cambogia extract	Hesperidin
Pancreatin	Lysophosphatidylcholine	Deodorized garlic	Rutin
Dibencozide	Smilax aristolochiaefolia	GugulipidylCHOLINE	Ostivone
L- carnosine	Coleus forskohlii extract	Dandelion leaf powder	Betaine
Ferulic acid	Arginine pyroglutamate	Cayenne fruit powder	
Betaine HCI	Gamma oryzanol	Dehydroepiandrosterone (DHEA)	Coenzyme Q10
Fucosterol	Colostrums IGF	CHROMIUM PICOLINATE	
	Beta – sitosterol	Ma huang extract	
Octacosanal	Shark cartilage	Chasteberry extract	
Inosine	5- methyl-7- methoxyisoflavone	phosphatidylcholine	
Stigmasterol	7- isopropoxyisoflavone	Butchers broom powder	
Avena sativa 1x	20- hydroxecdysone triboxybol		
Medicago sativa	5.7-dihydroxyflavone		
Kudzu	Alpha lipoic acid		

هذه القائمة تحتاج لمراجعة الجهات المختصة بكل دولة لبيان الاتي:

- إي مادة محظورة. مع ذكر اسباب الحظر والمراجع الدولية لهذا الحظر.
- إي مادة لايسمح باعطاءها إلا تحت اشراف طبيب.
- إي مادة تحتاج او يقترح بيعها في الصيدلة.
- المواد المقترح نقلها لملحق البيانات الاختياري.
- هذه القائمة ليست نهائية.
- إي مادة لايرد عليها قيود سوف تنقل إلى ملحق المكونات الاختيايرية.

المصطلحات

Alanine…………………………………..	.... ألانين
Arginine	أرجنين
Asparagin	أسباراجين
Aspartic acid	أسبارتيت
Cysteine	سيستئين
Glutamin	جلوتامين
Glutamic acid	جلوتاميت
Glycine	جليسين
Histidine	هيستدين
Isoleucine	ايزوليوسين
Leucine	ليوسين
Lysine	ليسين
Methionine	ميثيونين
Phenylalanine	فينيلألانين
Proline	برولين
Serine	سيرين
Threonine	ثريونين
Tryptophan	تريبتوفان
Tyrosin	تيروسين
Valine	فالين
Vitamin A	فيتامين أ
Vitamin C	فيتامين ج
Vitamin D	فيتامين
Vitamin E	فيتامين أيه
Vitamin K	فيتامين كيه
Thiamin	ثيامين
Riboflavin	ريبوفلافين
Niacin	نياسين
Vitamin B6	فيتامين ب ٦
Folic acid	حمض فوليك
Vitamin B12	فيتامين ب١٢
Biotin	بيوتين
Pantothenic acid	حمض بانتوثيونيك
Calcium	الكالسيوم
Iodine	اليود
Magnesium	المغنسيوم
Zinc	الزنك

Selenium	السيلينيوم
Copper	النحاس
Manganese	المنجنيز
Chromium	الكروم
Molybdenum	المولبيديوم
Phosphorus	الفوسفور
Potassium	البوتاسيوم
chloride	الكوريد
Sodium	الصوديوم
Lutein	الليوتين
Choline	الكولين
Inositol	أنيسيتول
Ginseng	جنسينج
Lycopene	ليكوبين
Carotene	كاروتين
Taurine	تاورين
Dietary fiber	الياف غذائية
Oleic acid	حمض الاوليك
Linoleic acid	حمض الينوليك
Stearic acid	حمض الاستياريك
Why protein	بروتين الشرش
Maltodextrin	مالتودكسترين
Fructose	فركتوز
Dextrose	ديكستروز
Egg white	بياض البيض
Triglycerides	جلسريدات ثلاثية
Cocoa	كاكاو
Chocolate	شكولاتة
Vanilla	فانيليا
papain	بابابن
Coconut flavor3291	نكهة جوز الهند ٣٢٩١
Pineapple flavor3511	نكهة الاناناس ٣٥١١
Acetyl-L- carnitine	استيل- ال- كارنيتين
Microcrystalline celluose	ميكروكريستالين سيلوز
Pepsin	ببسين
whey	شرش
gelatin	جلوتين
Permitted colors	الوان مسموحة
Plant extracts	خلاصات نباتية
Permitted food additives	مضافات مسموح بها

المراجع الفنية

- المراجع التكميلية.
- بيان التركيب وشهادات تحليل الصانع المدمقة.

- GUIDELINES FOR VITAMIN AND MINERAL FOOD SUPPLEMENTS CAC/GL 55 – 2005
- ELEMENTS OF CHEMISTRY - GENERAL ORGANIC AND BIOLOGICAL ROBERT S. BOIKESS -1986 BY PRENTICE-HALL
- FDA Warns Consumers Not to Use Body Building Products Marketed as Containing STEROIDS OR SETROID – Like Substances – July 28, 2009.